

中英医学家联合提示

五种急病如何救治

常言道“病来如山倒”。某些疾病一旦发作,几分钟便可要命。近日,英国《每日电讯报》详细报道了心脏病、宫外孕、深静脉血栓、视网膜脱落、过敏性休克这5种最易急性发作的疾病。记者就此采访了国内权威专家,综合英国理论,教你怎么做才能在第一时间“保命”。

心脏病 在我国,仅心肌梗死一项,大约每15秒就有1人丧命。主要症状:胸痛并伴有压迫感、胸闷等,这种不适感会扩散到双肩、颈部、下颌、手臂或后背。同时伴有头昏眼花、眩晕、大汗、恶心呕吐、呼吸困难。专家表示,心律失常、烦躁不安、意识丧失、心力衰竭等都是发病信号。

当出现心脏病发作症状时,应服用硝酸甘油、速效救心丸、300毫克阿司匹林等药物,有条件者及时吸氧。病人最好平躺,不宜来回走动或被胡乱搬动。

宫外孕 占有妊娠的1%~2%。专家说,这是妊娠前3个月最常见的急腹症

和最主要的死亡原因。主要症状:对于有性生活而未采取避孕措施的女性,如果有停经史,下腹痛,阴道不规则出血时一定要警惕。

一旦出现内出血,极易导致失血性休克甚至危及生命。当患者发生晕厥和休克时,应采取平卧位,并立即就近到有抢救条件的医院就诊。

视网膜脱落 “近年来,国内大医院眼科门诊中,每天都有人因此病就诊。”专家表示。主要症状:眼前突然有黑影、会看到流动的光线和黑色的物体、突发性失明等。

千万别揉眼睛,立刻卧床休息,切忌走动和蹦跳。

过敏性休克 专家介绍,近年严重过敏反应事件明显增多。主要症状:用药或进食后迅速出现手心、足心、头皮瘙痒,全身皮肤潮红、风团样皮疹及口舌麻木感。

在50%因药物诱发的过敏性休克死者中,平均死亡时间仅为用药后5分钟。最为有效的急救方法是立刻肌肉注射肾上腺素。患者应尽可能避免在医院外环境注射用药,注射药物后应在医院停留30分钟,还应避免食用或接触过敏源。

深静脉血栓 专家说,国内进行的流行病学调查发现,国内21.7%的脑卒中和27%的重症监护病人都有深静脉血栓。主要症状:腿部有肿胀感,尤其是一侧肢体容易感到疲惫,行走一段路后下肢会有肿胀,并伴有疼痛感是该病典型的信号,但80%的患者无相关症状。

突发深静脉血栓,如果未能获得及时救治,腿部的静脉血栓容易脱落,随血液循环堵塞到肺动脉,就会导致呼吸困难、低血压甚至死亡。如果下肢血栓的症状明显时,最好减少活动量,以防止栓子脱落,应迅速赶到医院接受抗凝治疗。

(江红)

疾病防治

春天温差大 谨防心肌炎

春天气候无常,温差较大,容易患感冒,且易被病毒感染,其中不少人被确诊为病毒性心肌炎。

心肌炎在发病前,大多先有上呼吸道感染或肠道感染的病史,如发热、咽痛、咳嗽、鼻塞、流涕等上呼吸道感染的症状,也可有腹泻等肠道感染症状。有时,还可伴有全身酸痛等症状。如果按感冒或肠炎治疗后,却又出现胸闷、心悸、乏力等症,则很可能是病毒侵犯局部心肌引起的炎症所致。如果在近期内有过这些感染病史,而心脏检查并不扩大,只出现早搏,这种被称为亚临床型心肌炎,平时容易被忽视。如果未抓紧治疗,会经常反复发作,时间长了,也可转变为心肌炎后遗症,甚至发展为慢性心肌炎或扩张型心肌病。

此外,偶有少数人的症状较重,心跳较快,心音低钝。并可出现像马蹄奔跑的声音,医学上被称为“奔马律”。同时心脏扩大,心电图检查可有心肌缺血现象,这种被称为“弥漫性心肌炎”,是一种危重的心肌炎表现。更严重的还会有气急、口唇紫绀、血压下降,甚至心跳特别缓慢,伴有昏厥等症状,必须采取紧急措施,及时治疗。

总之,在青少年中,如遇到感冒或肠炎等病毒感染,经治疗后有关症状消失,但却出现胸闷、心悸、气急、乏力等症状,应引起高度警惕,并及时请医生详细检查,谨防心肌炎。

防止心肌炎,应做好下列几点:

1.避免感冒。2.注意气候变化,防寒保暖。3.避免过度劳累。4.尽量不去人口拥挤的公共场所。5.适当体育锻炼。6.对有早搏的病人,应在医生详细检查下,明确早搏的性质类型,再选用有效的心律失常药物治疗。

(周祥)

身边提示

感冒了还能运动吗

感冒了,还能继续运动吗?这个问题一直困扰着很多运动爱好者。美国运动医学专家建议,感冒时只要遵循“脖子法则”,可能有效缓解病症。

美国运动医学会指出,运动有益于缓解感冒症状。研究表明,适度运动可以将感冒症状天数缩减一半。然而,这也不是对每个人

都奏效,但可以用一个简单的方法来判断——脖子法则。如果感冒症状出现在脖子以上,如鼻塞、头痛,可以进行适量的慢跑、快走,或者力量训练,一旦出现发烧、胸闷、四肢无力,就应该停止运动,好好休息。如果头疼伴随全身发冷酸疼,可能是发烧的前期症状,不要再运动了。(生时)

手足口病 预防有道

春季开始多发

4~5月病例增多明显

5~7月发病形成高峰

 <p>注意个人卫生,勤洗手,保持口腔清洁</p>	 <p>多饮白开水或清凉饮料,多吃新鲜蔬菜和瓜果</p>
 <p>注意居室内空气流通,温度适宜</p>	 <p>经常彻底清洗儿童的玩具或其他用品</p>
 <p>少让孩子到人群拥挤的公共场所,减少被感染机会</p>	 <p>注意婴幼儿的营养、休息,防止过度疲劳而降低免疫力</p>



接触婴幼儿的家庭成员也要注意个人卫生

资料来源:健康报

郑悦 编制 新华社发

用药指南

女12岁男14岁前 不能吃氟哌酸

氟哌酸也就是人们常说的诺氟沙星,临床上一直以抗菌作用强而为人称道,用于敏感菌所致的泌尿道、肠道、耳鼻喉科、妇科和皮肤科等感染性疾病。

尽管氟哌酸具有疗效好,安全性高的优点,价格还便宜,但却不适用于儿童。这是因为,这类药物具有软骨毒性,会导致关节和软骨损

害,使骨生成受阻。这种毒性与年龄和剂量相关。年龄越小骨损伤表现越快、越严重;剂量越大,发生率越高。一般女孩在12岁以前,男孩在14岁以前的骨生长比较活跃,需要慎重使用这类药物。同理,孕妇和哺乳期妇女也不宜服用。

(生命)

芬必得止痛5天是极限

生活中,每当出现头疼、牙疼时,很多人会服用几粒芬必得,不但方便而且止痛效果迅速。但专家提醒,口服芬必得止痛最好不要超过5天。

对于本身没有器质性疾病的患者来说,短期或偶尔服用芬必得等非甾体类抗炎药,效果迅速且对健康影响不大;但对于本身就患有心脑血管疾病和活动期消化道出血的病人,对这一类药就需要特别小心,应尽量少服或者在医生的指导下酌情服用。

专家介绍,作为非甾体类抗炎药,芬必得的副作用和其解热、镇痛及抗炎作用一样明显。一方面,可能出现恶心、呕吐、轻度消化不良、胃肠道溃疡及出血、头晕、嗜睡等;另一方面,由于芬必得有抗血小板凝集功能,服用者胃肠道出血的风险会大大增加。而且,老年患者由于肝肾功能减退,尤其不宜常服,临床已经出现连续服用芬必得半个月导致急性肝功能衰竭的病例,应该提高警惕。

(岳金凤)



随着夏季的来临,越来越多的爱美女性走进了减肥的隊伍。埋线减肥作为一种新兴的减肥方式,以其方便、效果好、反弹率低且无毒副作用而备受女性的推崇。图为周口市烧伤医院针灸科医生正在进行埋线操作。(红枫 摄)

有奖医药卫生热线

医疗乱收费、大处方、无证行医、超范围执业、使用非技术人员、医疗服务粗暴、挂床骗取新农合资金、新农合报销难、医院出租承包科室、医疗垃圾乱堆放、销售假劣药品……

发现以上情况请拨打本报的医药卫生热线!

本报每季度评出医药卫生新闻线索奖:一等奖一名,奖励现金300元;二等奖二名,奖励现金200元;三等奖三名,奖励现金100元。

热线电话:13592220126 13592220031

13526297566 13033905685

电子邮箱:zkrblyx@126.com

埋线减肥

周口市烧伤医院针灸减肥科首家引进韩国先进技术——埋线减肥,一月一次,轻松减肥,迎“三八”做一疗程送一疗程。

电话:6199197 13592208703

周口天久康药业

更专业 更健康

选择天久康 天天都健康